TABLA DE CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN 2
2. OBJETIVOS 4
2.1. Objetivos específicos 4
3. ALCANCE 5
4. POBLACIÓN OBJETO 6
5. DEFINICIONES 7
6. DESARROLLO DEL DOCUMENTO 9
6.1. Signos o síntomas de alarma comportamentales que pueden estar asociados al rol de cuidador 10
6.2. Atención integral del cuidador 11
6.3. Valoración clínica inicial 13
6.4. Valoración equipo salud mental 15
7. BIBLIOGRAFÍA 28

COPIA CONTROLADA ESE CEO

1. INTRODUCCIÓN

La E.S.E Carmen Emilia Ospina, con el objetivo de brindar la atención y protección a los cuidadores de la población de riesgo cardiovascular, por medio de este manual se busca contribuir al fortalecimiento de la salud mental y la capacidad de respuesta institucional, para la disminución en el impacto de la carga de enfermedad generada por las condiciones de salud, las cuales requieren de un apoyo primario, es por ello que a través del fortalecimiento de la oferta de servicios institucionales en salud mental se permita el acceso a quienes los requieren y a su vez prevenir la cronificación y el deterioro y mitigar daños evitables.

En este sentido, la persona cuidadora además de experimentar sentimientos negativos, en muchos de los casos vive tensiones familiares las cuales se presentan por los roles a asumir frente al cuidado de la persona enferma, o por los comportamientos y actitudes de los diferentes integrantes de la familia hacia la persona que requiere de cuidado, lo que puede generar una sobrecarga de las labores a realizar en el día a día, pues empieza a asumir el rol de cuidadora principal.

Esta responsabilidad familiar, le implica a la persona cuidadora principal afrontar eventos estresantes tales como:

“La dependencia progresiva; Las conductas disruptivas que presenta el enfermo; La restricción de la libertad; La pérdida de estilos vida anteriores; El abordaje de nuevas tareas relacionadas con la enfermedad; La interrupción de las tareas relacionadas con las demandas del ciclo vital’’. (Palacios & Jiménez, 2008).

Teniendo en cuenta lo anterior, en el momento que la percepción de cuidado se evalúa como amenazadora y el cuidador se ve sin recursos suficientes para afrontarla, genera una sobrecarga de estrés. La valoración del estrés lleva a desarrollar unas respuestas

COPIA CONTROLADA ESE CEO

emocionales negativas (e.g. síntomas de ansiedad, síntomas depresivos). Estas respuestas emocionales negativas pueden disparar respuestas fisiológicas o conductuales como no descansar lo suficiente, no tener una alimentación adecuada, descuidar el propio estado de salud, no acudiendo a los médicos por su propio estado de salud'' (Puerto Vidales).

Por lo tanto, a partir de este manual, se busca articular este marco de acción al fenómeno de cuidado, especialmente de usuarios con antecedentes de alto riesgo cardiovascular; a nivel nacional e internacional se considera que el impacto psicológico, mental y físico que sufren los cuidadores es alto, por consiguiente, es de vital importancia establecer unos lineamientos acorde a las necesidades de dicha población desde la gestión integrada para la salud mental.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

2. OBJETIVOS

Garantizar acciones institucionales en salud para el cuidado de los cuidadores de personas con alto riesgo cardiovascular, que permitan su atención integral, participación e inclusión en los servicios de salud primaria.

2.1. Objetivos específicos

- Fomentar en el cuidador(a) el autocuidado físico, emocional y social.
- Identificar y comprender las dificultades del cuidador(a) para proporcionar un cuidado personalizado.
- Sensibilizar al cuidador(a) en la necesidad de aceptar el apoyo de los recursos familiares, servicios de salud y recursos sociales disponibles.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

3. ALCANCE

Este documento se encuentra dirigido al personal de salud que pueda garantizar el acceso al cuidado de los cuidadores a través de una atención integral desde las instancias de gestión asistencial: profesionales médicos, psicólogos, enfermeros, personal auxiliar de enfermería y trabajador social, que laboren en la E.S.E Carmen Emilia Ospina (CEO).

COPIA CONTROLADA ESE CEO

4. POBLACIÓN OBJETO

Corresponde a los usuarios (as) cuidadores de pacientes de alto riesgo cardiovascular del municipio de Neiva que accedan a los servicios de la E.S.E. Carmen Emilia Ospina.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

5. DEFINICIONES

- **Enfermedad cardiovascular:** Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de defunción en el mundo y, según estimaciones, se cobran 17,9 millones de vidas cada año. Estas enfermedades constituyen un grupo de trastornos del corazón y los vasos sanguíneos que incluyen cardiopatías coronarias, enfermedades cerebrovasculares y cardiopatías reumáticas. Más de cuatro de cada cinco defunciones por enfermedades cardiovasculares se deben a cardiopatías coronarias y accidentes cerebrovasculares, y una tercera parte de esas defunciones ocurren prematuramente en personas menores de 70 años.
- **Acción de Cuidado:** El cuidado es una acción que se concreta a partir de relaciones, es una acción entre seres vivos. Todos cuidan y son cuidados'' (Kuerten, Lenise do Prado, & De Gasperi, 2009). Como acción humana, el cuidado abre la perspectiva del otro, la mirada hacia sus necesidades e intereses y hacia sus formas de ser y de actuar. En esta relación, se potencia la autonomía y el respeto, situando tanto a la persona cuidadora como a la persona de cuidado como sujetos activos, que establecen una relación de corresponsabilidad y reciprocidad.
- **Persona cuidadora familiar:** Es aquella persona que tiene vínculo familiar con la persona sujeto de cuidado, y que brinda cuidado de forma permanente o transitoria.
- **Persona Cuidadora Informal:** Es aquella persona que no tiene vínculo familiar con la persona sujeto de cuidado y no tiene formación para el cuidado, puede ser una labor remunerada o no.
- **Persona Cuidadora formal:** Es aquella persona que tiene vinculación laboral legal con una institución o persona natural y que tiene formación para el cuidado.
- **Dependencia funcional:** Es un estado en el que se encuentran las personas que por razones ligadas a la falta o la pérdida de autonomía física, psíquica o intelectual tienen

COPIA CONTROLADA ESE CEO

necesidad de asistencia y/o ayudas importantes a fin de realizar los actos corrientes de la vida diaria y, de modo particular, los referentes al cuidado personal.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

6. DESARROLLO DEL DOCUMENTO

A través de los estudios realizados tanto a nivel nacional como internacional, se establece que los cuidadores de personas en alto riesgo de enfermedades cardiovasculares pueden desarrollar cambios en su cotidianidad lo cual tiene una incidencia en la afectación tanto a nivel físico, psíquico y socio familiar.

Teniendo en cuenta lo anterior, se ve la necesidad de establecer en la ESE Carmen Emilia Ospina un manual de cuidado al cuidador con el fin de fortalecer los factores protectores de esta población y a la vez impactar en el bienestar de las personas con alto riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Para este fin se deben fortalecer estrategias como las rutas integrales de atención en salud y salud mental que contribuyan positivamente a visibilizar la labor del cuidado e impactando directamente en los entornos en donde se desarrolla la vida cotidiana de la persona cuidadora y quien requiere cuidado. En ese sentido, se busca que en el entorno Hogar, se activen redes sociales e institucionales logrando:

- Brindar soporte emocional sobre el afrontamiento de la enfermedad.
- Brindar y recibir atención psicosocial.
- Sensibilizar frente a:

✓ Principales funciones a realizar en torno al cuidado de la persona sujeto de cuidado con enfermedades crónicas discapacitantes.
✓ Adherencia al tratamiento.
✓ Prácticas para fortalecer la salud tanto de la persona cuidadora como de la persona de cuidado.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

Para tal fin se establece adelantar las siguientes acciones:

- Realizar procesos de formación para que la persona cuidadora y la persona sujeto de cuidado conozcan la enfermedad cardiovascular y su abordaje.
- Sensibilizar a la persona cuidadora, sobre los recursos comunitarios con los que cuenta en el territorio en materia de salud mental.
- Informar sobre las rutas integrales de atención en salud, como lo es; la ruta de promoción y mantenimiento y la ruta de salud mental.

RECURSOS DE LA INSTITUCIÓN		
TALENTO HUMANO	**RECURSOS FÍSICOS Y EQUIPOS**	**INSUMOS**
• Médico • Enfermera • Auxiliar de enfermería • Psicólogo • Trabajador social • Equipo de PYP	• Consultorio Medico • Auditorios	• Ruta de atención riesgo cardiovascular • Ruta de Salud Mental • Ruta de promoción y mantenimiento de salud • Formato de historia clínica (sistematizada) médica y psicológica

6.1. Signos o síntomas de alarma comportamentales que pueden estar asociados al rol de cuidador

Es muy importante detectar las señales de alarma que preceden a las alteraciones emocionales de la sobrecarga de la persona cuidadora, para poder intervenir con la suficiente antelación y no esperar a que se agudizan y lleguen a convertirse en irreversibles.
Como cuidador o cuidadora conviene estar atentos si se presenta uno o varios de los siguientes síntomas:

- Cansancio y pérdida de energía y vitalidad.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

- Sueño excesivo.
- Aislamiento.
- Aumento en el consumo de bebidas alcohólicas, tabaco y/o fármacos ansiolíticos hipnóticos.
- Problemas de memoria.
- Dificultad para concentrarse.
- Desinterés por las actividades y personas.
- Aumento o disminución del apetito.
- Irritabilidad y enfados frecuentes y sin motivo aparente.
- Cambios frecuentes de humor o de estado de ánimo, nerviosismo, tristeza, frustración.
- Autoestima disminuida. Siempre buscar otras causas y analizar el caso dentro de su contexto.
- Episodios depresivos con o sin ideación suicida.
- Problemas en el lugar de trabajo.

6.2. Atención integral del cuidador

Para garantizar la atención integral en salud al cuidador, la ESE Carmen Emilia Ospina adopta el presente manual de acuerdo con los servicios prestados en el primer nivel de complejidad. A continuación, se describen los servicios a garantizar.

1. **Verificación y mantenimiento de las condiciones mínimas necesarias para brindar una atención integral en salud**

✓ **La institución garantizará un espacio físico** adecuado en la E.S.E. dentro del área de consulta externa que garantice seguridad, privacidad y comodidad para la atención.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

- ✓ **Se garantizarán los insumos y dotación** necesaria para brindar una atención oportuna y de calidad en todos los servicios de consulta externa de la institución y capacitar **al personal asistencial** para la apropiación del servicio de atención integral a los cuidadores.
- ✓ **Equipo responsable:** la E.S.E Carmen Emilia Ospina garantizará atención por profesionales asistenciales para un abordaje integral del cuidador el cual estará conformado por: médico, psicólogo, enfermera y trabajador social.

2. Recepción del cuidador en el servicio de consulta externa de los centros de salud de la ESE Carmen Emilia Ospina

ETAPA	DESCRIPCIÓN
Recepción del cuidador en el servicio de consulta externa	Haciendo énfasis en la atención primaria en salud y actividades complementarias que lleven a una adecuada adopción de estilos de vida saludable.
Cronograma de controles grupales	Planear, elaborar y enviar cronograma de actividades grupales a cada sede, para dar educación a usuarios con diagnóstico de hipertensión y diabetes mellitus. Espacio de gran importancia para captar al cuidador.
Una vez captado el usuario	Una vez finalizada las actividades de control grupal: a. Solicitar al usuario la firma del registro de asistencia. b. Realizar seguimiento telefónico y asignar a los usuarios asistentes la fecha y hora de cita por psicología y trabajo social.
Valoración por psicología	Evaluar factores de riesgos para la salud mental del cuidador
Valoración por trabajo social	Evaluar los factores de riesgos socio familiares que afectan al cuidador

COPIA CONTROLADA ESE CEO

6.3. Valoración clínica inicial

Se realizará de acuerdo con las necesidades específicas de exploración según el caso; De acuerdo con eso se deben incluir las exploraciones pertinentes a examen físico general.

A. RUTA DE ATENCIÓN, PROMOCIÓN Y MANTENIMIENTO

Además se realizará canalización a la ruta de atención, promoción y mantenimiento, dicha ruta tiene la misión de realizar acciones enfocadas a la promoción de la salud, prevención de la enfermedad y detección temprana de riesgos y se encuentra dirigida a toda la población que cápita con la ESE CEO. Teniendo en cuenta los cursos de vida, que van desde la primera infancia pasando por la niñez, adolescencia, juventud, adultez y terminando en la vejez. Estas acciones se realizan por medio de la identificación oportuna de los principales riesgos en salud que se pueden presentar en la comunidad.

- **Medicina General**

Asignar cita con medicina general de acuerdo a la frecuencia definida en el lineamiento resolución 3280 de 2018.

- **Juventud**

(Una vez a los 21 y 26 años)

- **Adultez**

(Una vez a los 29 a 34 años)
(Una vez a los 35 a 39 años)
(Una vez a los 40 a 44 años)
(Una vez a los 45 a 49 años)
(Una vez a los 50 a 52 años)

COPIA CONTROLADA ESE CEO

(Una vez a los 53 a 55 años)

(Una vez a los 56 a 59 años)

- **Vejez**

(Una vez cada 3 años).

B. ATENCIÓN EN SALUD BUCAL

Este servicio aborda las siguientes intervenciones o atenciones contempladas en la RPMS para los diferentes momentos del curso de vida:

- Valorar las estructuras dentomaxilofaciales y su funcionalidad.
- Valorar los hábitos y prácticas de cuidado bucal.
- Información en salud bucal.
- Derivación a profilaxis o remoción de placa bacteriana, aplicación de flúor, aplicación de sellantes y detartraje supragingival, según corresponda.

- **Profilaxis y remoción de placa bacteriana**

La frecuencia de este procedimiento por momento del curso de vida es:

- Primera infancia: 2 veces al año (1 por semestre).
- Infancia: 2 veces al año (1 por semestre).
- Adolescencia: 2 veces al año (1 por semestre).
- Juventud: Anualmente.
- Adultez: Cada dos años.
- Vejez: Cada dos años.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

C. RUTAS ESPECÍFICAS DE SALUD

Se realizará la canalización a las rutas específicas de salud la cual es la encargada de realizar actividades individuales y colectivas orientadas al tratamiento, rehabilitación y paliación correspondiente frente a un evento específico.

6.4. Valoración equipo salud mental

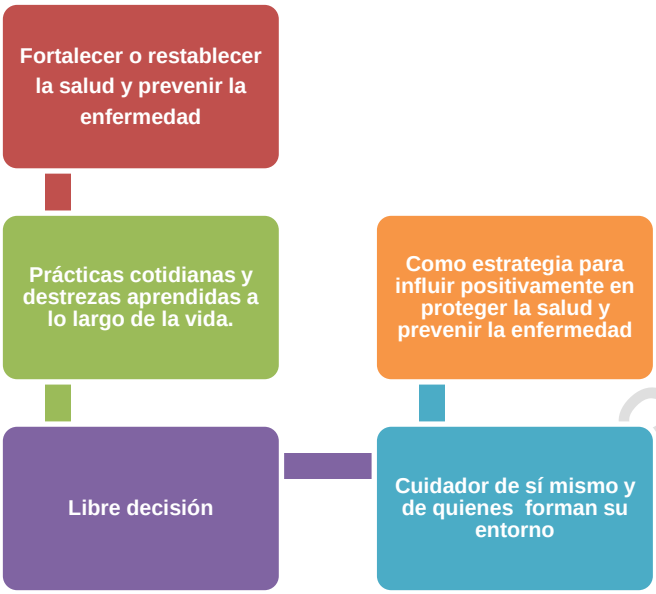
A. Se realizarán 6 sesiones de psicología por consulta externa con el fin de promover acciones con la persona cuidadora que fortalezcan:

1. Sesión: El Autocuidado.

El autocuidado: es definido por la OMS como "la capacidad de individuos, familias y comunidades para promover la salud, prevenir enfermedades, mantener la salud y hacer frente a las enfermedades y discapacidad con o sin el apoyo de un proveedor de atención médica".

Objetivo de la sesión: brindar conocimiento y aportar recursos y prácticas para el autocuidado del personal.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

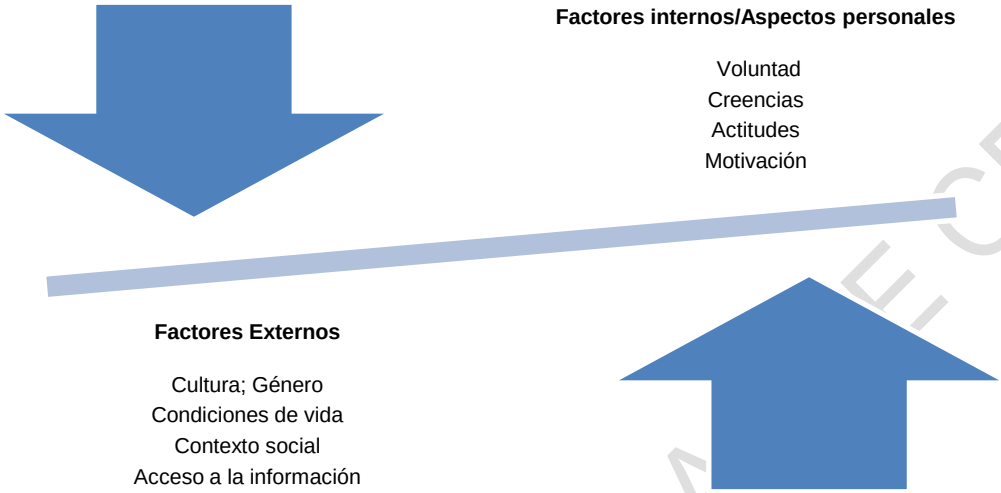


ALGUNAS PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO:

- Alimentación según necesidades
- Manejo del estrés
- Relaciones sociales y resolución de problemas interpersonales
- Ejercicio y Actividad Física
- Control y reducción del uso de medicamentos
- Seguimiento de prescripciones de salud
- Comportamientos seguros
- Recreación y manejo del tiempo libre
- Diálogo
- Adaptaciones favorables a los cambios en el contexto
- Autocuidado en proceso mórbidos

COPIA CONTROLADA SE CEO

Factores determinantes para el autocuidado:



CONTROLADA POR CEO

Ejercicio para la sesión:

Comienza a quererte mejor con estas acciones cotidianas y descubre cómo el autocuidado es un factor clave para elevar tu autoestima.

MAPAS CORPORALES

Una manera de vincularme con el autocuidado es conectar con lo que estamos sintiendo. Hacer mapas corporales puede ser una manera de auto-conocerte; identificar cuáles son tus reacciones ante tus emociones y también qué recursos tienes para abrazar sin juicio cómo te sientes.

En la siguiente hoja de papel, con colores dibuja tu silueta y marca en ella las sensaciones que emerjan de tu cuerpo y las palabras que te vengan a la mente. No hay límite, agrega todo lo que tú quieras. Repite cuantas veces sea necesario, así podrás notar si hay cambios y quizá descubras algo nuevo sobre ti.

Algunas preguntas para guiar este ejercicio pueden ser:

- ¿Cómo estoy?
- ¿Cuáles son mis emociones?
- ¿Dónde se alojan las emociones?
- ¿Cómo se sienten?
- ¿En qué parte de mi cuerpo lo siento?
- ¿Cuál es mi sentimiento más visceral?
- ¿Me gustaría sentirme mejor?
- ¿Qué prácticas hago para sentirme mejor?

Busca un sentimiento o pensamiento que te haga sentir mejor y colorea con esa sensación positiva las emociones de acuerdo como las percibiste en algunas partes de tu cuerpo en donde consideras que necesitan ser transformadas.

2. Sesión: Proyecto de vida y desarrollo personal:

El Proyecto de Vida: es la estructura que expresa la apertura de la persona hacia el dominio del futuro, en sus orientaciones esenciales y en las áreas críticas que requieren de decisiones vitales. De esta manera, la configuración, contenido y dirección del Proyecto de Vida, por su naturaleza, origen y destino están vinculados a la situación social del individuo, tanto en su expresión actual como en la perspectiva anticipada de los acontecimientos futuros, abiertos a la definición de su lugar y tareas en una determinada sociedad.

El Proyecto de Vida se distingue por su carácter anticipatorio, modelador y organizador de las actividades principales y del comportamiento del individuo, que contribuye a delinear los rasgos de su Estilo de Vida personal y los modos de existencia característicos de su vida cotidiana en todas las esferas de la sociedad.

El Desarrollo Personal: También se entiende por un crecimiento cognitivo personal y en cuanto a destrezas, que es observado a través de los comportamientos (implicando la forma de hablar y la forma de resolución de problemas), a partir de la "posición externa" del individuo y la configuración de su experiencia personal, en la que se presenta la estructuración sus dinámicas propias: las posibilidades o recursos disponibles de la persona, el sistema de necesidades, objetivos, aspiraciones, las orientaciones (o actitudes) y valores vitales de la persona, todos enmarcados en un contexto social múltiple y concreto, que necesita ser considerado en todas sus especificidades y relaciones, así como en su sinergia.

Objetivo de la sesión: Dar a conocer las herramientas necesarias para la construcción de proyecto de vida.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

Ejercicio para la sesión: Elaborar proyecto de vida.

3. Sesión: Estilos de vida saludables.

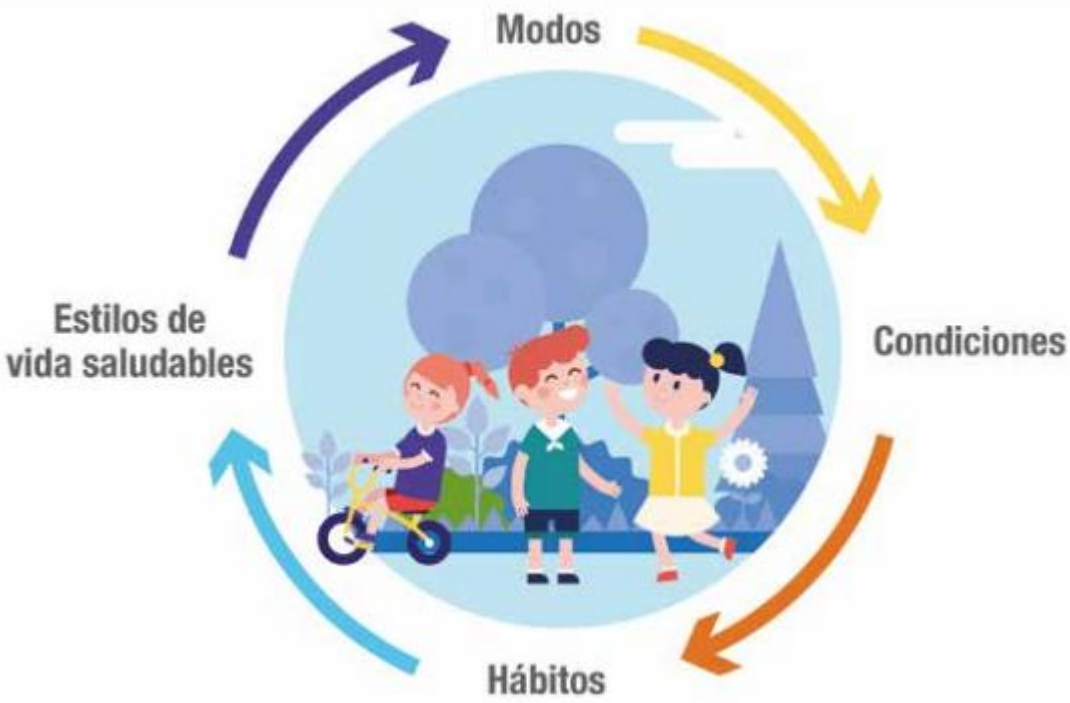
La Organización Mundial de la Salud define los estilos de vida saludables como una "Forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales".

Objetivo de la sesión: Brindar psicoeducación a los usuarios realizando concientización de la importancia de los estilos de vida saludables.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

La promoción de estilos de vida saludables va dirigida, por una parte, a mejorar el entorno en el contexto social y la sociedad en que se vive (entornos saludables) y, por otra, a mejorar las capacidades de las personas para llevar una vida más sana.

Teniendo en cuenta, que los estilos de vida, aunque tienen relación con los aspectos conductuales, establecen un dinamismo y no depende de una simple decisión, de esta manera se comprende que los comportamientos de las personas se estructuran en función al aspecto sociocultural; por tanto, tienen un efecto de globalidad y no de comportamiento individual.

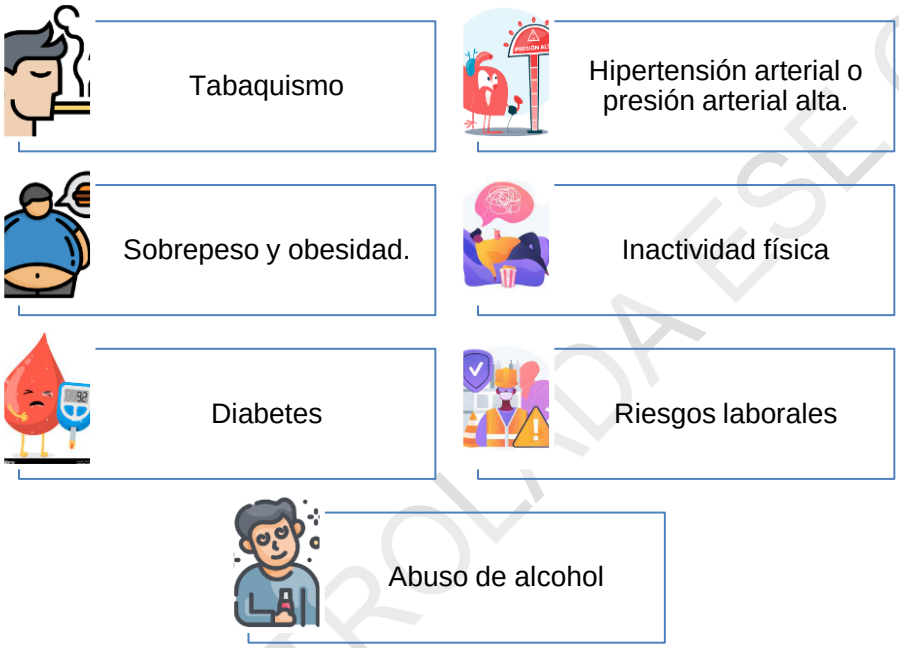


Fuente: *Guía Estilos Saludables.*

- **Hábitos Saludables:** todas aquellas conductas que se asumen como autónomas como en la cotidianidad y que inciden positivamente en nuestro bienestar físico, mental y

social. Son determinantes en la exposición ya sea de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar integral.

Algunos factores incidentes que se categorizan como riesgos:



Ejercicio para la sesión: Charla educativa sobre estilo de vida saludable entorno a factores de riesgos y protectores.

4. Sesión: Manejo del estrés.

Estrés: Según la Organización mundial de la salud se puede definir el estrés como: *"un estado de preocupación o tensión mental generado por una situación difícil. Todas las personas tenemos un cierto grado de estrés, ya que se trata de una respuesta natural a las amenazas y a otros estímulos. Es la forma en que reaccionamos el estrés lo que marca el modo en que afecta a nuestro bienestar*".

COPIA CONTROLADA ESE CEO

De acuerdo con Folkman, Lazarus, Gruen y De Longis (1986), establece que la vida se presenta muchos eventos que tienen la propiedad de ser factores causantes de estrés, los cuales provocan un desequilibrio a nivel emocional. El estrés se presenta cuando la persona identifica/percibe una situación o evento como amenazante, cuya magnitud excede sus propios recursos de afrontamiento, lo cual pone en peligro su bienestar. Se presentan de esta manera dos procesos: una valoración cognitiva del acontecimiento y un proceso de afrontamiento. En el primero, la persona valora si la situación puede dañarla o beneficiarla, es decir, cuánto y cómo repercute en su autoestima. En el segundo, estima lo que puede hacer o no para enfrentar la situación, para prevenir un daño o mejorar sus perspectivas.

Objetivo de la sesión: Brindar herramientas de técnicas de respiración para control de estrés.

Ejercicio en la sesión: Técnicas de respiración.

5. Sesión: Factores protectores hacia el control de problemas y trastornos mentales.

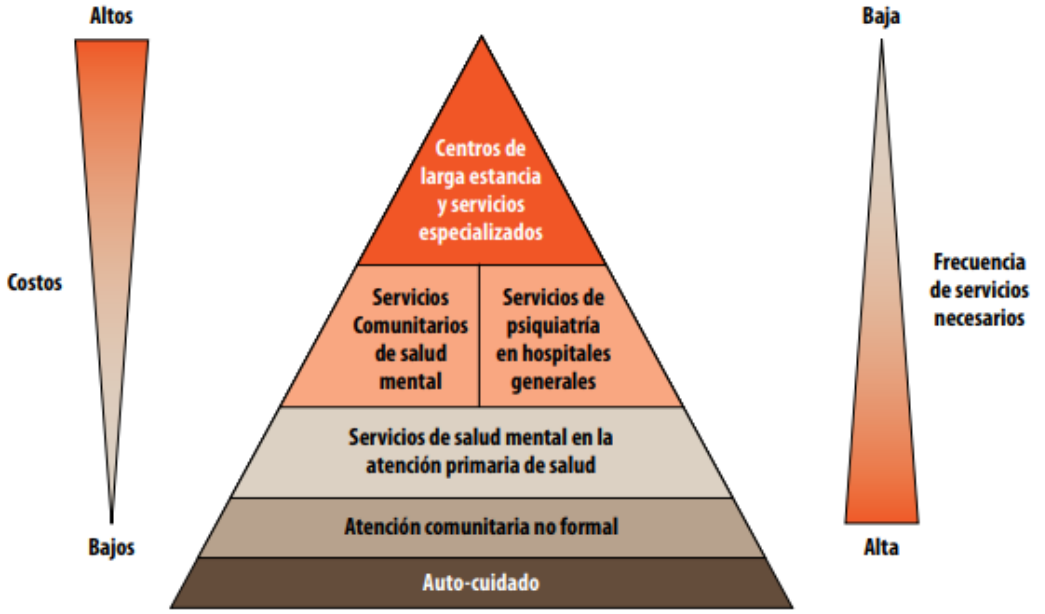
Factores protectores en salud mental: son recursos o condiciones con los que cuentan las personas como mecanismo de defensa ante las situaciones de riesgo o vulnerabilidad emocional, favoreciendo el manejo de emociones, la regulación del estrés y permitiéndoles potencializar sus capacidades humanas (Amar, Llanos, & Acosta, 2003).

Objetivo de la sesión: Identificación y reconocimiento de los factores protectores, como también de los recursos que cuenta la persona para fortalecer su salud mental.

Entre los factores protectores destacan la valoración del autocuidado, estilos de vida saludable, redes de apoyo, habilidades sociales, participación en actividades sociales, mecanismos de detección precoz en riesgos.

Los factores de protección se dan también durante toda la vida y aumentan la resiliencia. Entre ellos se cuentan las habilidades y atributos sociales y emocionales individuales, así como las interacciones sociales positivas, la educación de calidad, el trabajo decente, los vecindarios seguros y la cohesión social, entre otros.

COPIA CONTROLADA ESE CEO



Fuente: *Combinación Óptima de los servicios de Salud Mental: La Pirámide Marco de la OMS.*

Ejercicio para la sesión: Identificación de factores protectores y factores de riesgos.

6. Sesión: Organización de la cotidianidad de tal manera que pueda distribuir tareas asociadas al cuidado con otros miembros de la familia y tiempo libre.

La corresponsabilidad es el reparto equilibrado de las tareas domésticas y de las responsabilidades familiares, tales como su organización, el cuidado, la educación y el afecto de personas dependientes dentro del hogar, con el fin de distribuir de manera justa los tiempos de vida de mujeres y hombres.

Gestión de tareas: Podemos definir el concepto de gestión de tareas como las prácticas de planeación y establecimientos de roles en el contexto familiar. Estas acciones, que

COPIA CONTROLADA

comprenden todas las responsabilidades y cuidados, son estratégicamente esenciales para controlar los flujos de trabajo y tomar las decisiones adecuadas para el cuidado.

En otras palabras, la gestión de tareas refleja cómo se identifica, monitorea y mejora tu rutina de trabajo en pro de una mayor efectividad y equilibrio en la distribución de tareas.

En el trabajo doméstico y de cuidados encontramos, además de diferencias en el reparto y usos del tiempo, distinta concepción entre las tareas asignadas a uno y otro sexo. Se nos dice que las mujeres están más preparadas para los cuidados (crianza, educación, personas dependientes), para cocinar o lavar. En general con aquellas tareas del interior del hogar. Sin límite de jornada y de cumplimiento obligado.

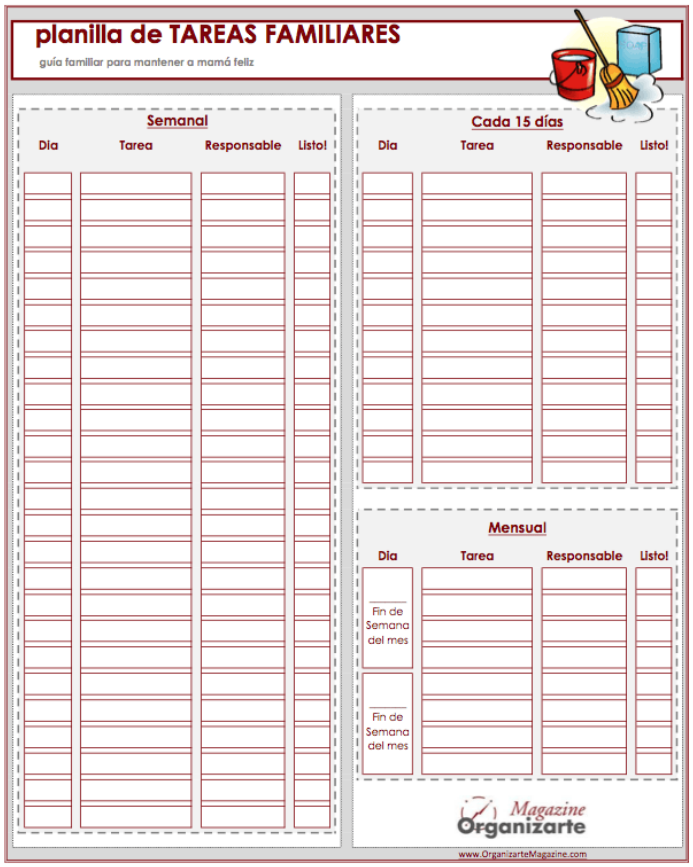
Por otra parte, la Organización de las Naciones Unidas, Organización Mundial de la Salud y la UNESCO (2005), precisan que el tiempo libre es un factor importante para el desarrollo y el bienestar de la sociedad, considerando que durante el tiempo libre se incrementan las probabilidades de prácticas comunitarias, inclusión social, ante una necesidad psíquica, física y social, en un espacio psicológico para el desarrollo humano y su bienestar.

El tiempo libre es parte del tiempo vital, es un espacio de tiempo en el que no hay obligaciones y es de libre disponibilidad de la persona para realizar actividades que considere oportunas, se distingue el tiempo libre como consumo y el tiempo libre como inversión.

Objetivo de la sesión: Brindar herramientas para organizar y distribuir el tiempo y las responsabilidades del cuidado.

Actividad de la sesión: Realizar el análisis de las tareas diarias, quién las hace y en cuánto tiempo y que responsabilidades conlleva.

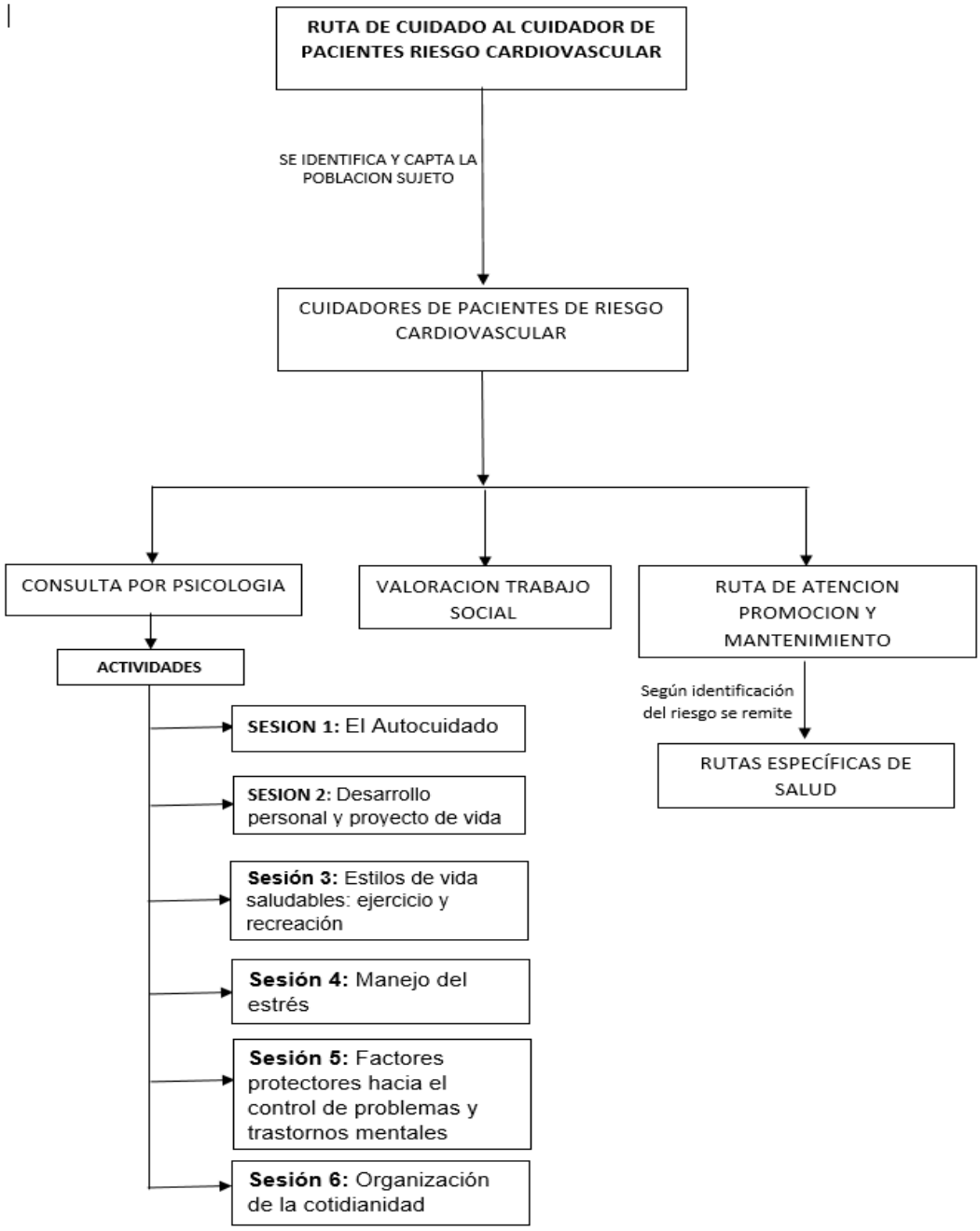
COPIA CONTROLADA ESE CEO



B. Trabajo Social: Se realiza una sesión por el área de trabajo social, para evaluar factores de riesgo y factores protectores a nivel sociofamiliar.

COPIA CONTROLADA SE CEO

Flujograma de la atención del cuidado al cuidador



7. BIBLIOGRAFÍA

- Manual de Cuidado a Cuidadores de Personas con Trastornos Mentales y/o Enfermedades Crónicas Discapacitantes. Minsalud, septiembre 2016.
- Guía de Cuidados de Enfermería: Cuidar al Cuidador en Atención Primaria, Publidisa ; 2011.
- Cuidando al cuidador: Programa Cuídate para cuidar, Universidad Santiago de Cali
- Resolución 3280 de 2018, Ministerio de Salud y Protección Social.
- Espinosa, I. M., & Gómez, P. S. (2021). Ocupaciones de tiempo libre: Una aproximación desde la perspectiva de los ciclos vitales, desarrollo y necesidades humanas. Revista Chilena de Terapia Ocupacional, 22(2), 259-265.
- Rodríguez, A., Zúñiga, P., Contreras, K., Gana, S., & Fortunato, J. (2016). Revisión teórica de las estrategias de afrontamiento (coping) según el Modelo Transaccional de Estrés y Afrontamiento de Lazarus & Folkman en pacientes quirúrgicos bariátricos, lumbares y plásticos. Revista el dolor, 66(1), 3.
- Costa Cabanillas, M., & López Méndez, E. (2008). Educación para la salud: guía práctica para promover estilos de vida saludables.

COPIA CONTROLADA ESE CEO

CONTROL DE CAMBIOS

Versión	Descripción del cambio	Fecha de aprobación
1	Elaboración del documento: Se elabora documento con el fin de obtener un manual del cuidado al cuidador en la ESE Carmen Emilia Ospina y así mismo lograr una mejora continua en el subproceso "Salud mental".	11/10/2023

Elaboró	Revisó	Aprobó
Nombre: Liliana Andrea Santofimio García. Agremiada Asistir. Nombre: Diana María Rodríguez Ortiz. Agremiada Asistir. Nombre: Evelyn Karolina García Polanco. Agremiada Asistir.	Nombre: Irma Susana Bermúdez Acosta. Contratista área Garantía de la Calidad.	Nombre: Ingry Alexandra Suarez Castro. Cargo: Subgerente Técnico Científica.

COPIA CONTROLADA ESE CEO